

# Patatas al horno con tomates asados y garbanzos

Tiempo total **90 Mins.** 90 Mins. Tiempo de preparación

Información nutricional (por porción)  
**1455 kJ / 347 Kcal**

Grasas: **3,6 g** Proteínas: **15 g**  
Carbohidratos: **58,2 g**

## INGREDIENTES

4 porciones

**4** patatas grandes  
**1** cebolla  
**3** dientes de ajo  
**100 g** de tomates medio secos  
**2** de aceite vegetal  
**cucharadas**  
**1** lata de garbanzos  
**250 g** de tomates troceados  
Algunos ramilletes de  
tomillo  
**4** [Kikkoman Salsa Estilo](#)  
**cucharadas** [Japonés Teriyaki con ajos](#)  
[tostado](#)  
**2** de vinagre de manzana  
**cucharadas**  
**100 g** de crème fraîche vegano  
**2** de aros de cebollino  
**cucharadas**

## PREPARACIÓN

### Pasos 1

Lave las patatas, pínchelas varias veces con un tenedor, envuélvalas en papel de aluminio y cuézalas en un horno precalentado en una parrilla a 200 °C (con ventilador: 180 °C) durante 70-80 minutos.

### Pasos 2

Pele la cebolla y el ajo, corte la cebolla en dados y preñse el ajo. Corte los tomates semisecos en tiras. Caliente el aceite en una sartén, fría la cebolla y el ajo durante 2-3 minutos. Pase los garbanzos por agua y escúrralos, añada los tomates con trozos y semisecos, y cocine a fuego lento durante unos 10 minutos.

### Pasos 3

Añada la salsa Teriyaki y cocine a fuego lento otros 10 minutos. Sazone con vinagre de manzana. Desembale cuidadosamente las patatas, córtelas a lo largo, sepárelas ligeramente y rellénelas con tomates cocidos y garbanzos. Sirvalo con crème fraîche y cebollino.